

МИФЫ И ФАКТЫ

Миф: Обращение ребенка о проблемах в семье будет записано, и родители узнают, что он звонил и жаловался на них.

Факт: Разговоры с абонентами не записываются, и даже не определяются номера телефонов: психолог никогда не узнает, кто и откуда ему позвонил.

Миф: Звонки на Детский телефон доверия платные, действует специальный социальный тариф.

Факт: Звонки на детский телефон доверия по всей России бесплатные. Но телефон не должен быть отключен от услуг связи.

Миф: Сильный человек не нуждается в посторонней помощи. Наши проблемы – это наша ответственность, и только нам известно, как лучше разобраться в ситуации.

Факт: Каждый человек может оказаться в новой и трудной для себя ситуации, когда нужна профессиональная поддержка. Только сильный и уверенный в своих силах человек может признавать свои слабости и просить о помощи.

Миф: По Телефону доверия можно звонить только с очень серьезными проблемами, такими как желание умереть, смерть близкого, насилие, травля и так далее. Если у вас конфликт в семье, проблемы в школе или личной жизни, то это не повод звонить и тратить время специалистов на всякие глупости, нужно

освободить время для тех, кому помощь важнее.

Факт: Психологи детского телефона доверия готовы выслушать и помочь любому ребенку, подростку или родителю, который позвонит. Для нас нет неважных проблем.

Миф: Если жизни ребенка что-то угрожает, то лучше позвонить по Телефону доверия, чем в полицию, это надежнее и безопаснее.

Факт: Только сотрудники полиции, скорой помощи или МЧС могут оперативно отреагировать на ситуацию угрозы жизни и выехать на помощь.

Миф: Детский телефон доверия является площадкой для получения профессионального опыта начинающими психологами. Часто консультантами на телефоне работают равнодушные волонтеры.

Факт: На телефоне доверия работают только опытные психологи, прошедшие серьезную личностную и профессиональную подготовку

Миф: Разговорами проблему не решишь. Один звонок жизнь не изменит, не имеет смысла тратить время на пустые разговоры.

Факт: Во время разговора можно найти вариант решения проблемы или поменять отношение к ситуации, посмотрев на нее с другой стороны.



Департамент социальной защиты населения
Вологодской области.

БУ СО ВО «Шекснинский центр помощи
детям, оставшимся без попечения родителей,
«Альтаир»



ПОЗВОНИ – ТЫ НЕ ОДИН!

8 - 800 – 2000 – 122



Анонимно

Бесплатно

Круглосуточно

2024 год



Детский телефон Доверия - самый популярный и широко известный вид экстренной психологической помощи детям. На телефонах доверия работают специально обученные специалисты - психологи.

Вы имеете возможность :

- поговорить с психологом о своей проблеме;
- получить информацию по волнующим вопросам;
- Выразить свои мысли и чувства без давления и оценки;
- справиться с тревожным состоянием.

Базовые принципы консультирования по телефону доверия.

- анонимность абонента и консультанта;
- открытость для каждого человека;
- возможность поделиться любой беспокоящей информацией;
- конфиденциальность;
- управление разговором;
- не осуждает других;
- терпелив.

С какими вопросами можно обратиться на Телефон Доверия?

1. Школьные проблемы: буллинг, конфликты с учителями или одноклассниками, трудности в учебе, стресс перед экзаменами и т.д.
2. Семейные проблемы: конфликты с родителями, развод родителей, насилие в семье, проблемы с братьями и сестрами и т.д.
3. Психологические проблемы: тревожность, депрессия, одиночество, низкое самооценка, проблемы с самоидентификацией и т.д.

4. Физическое и сексуальное насилие: если ребенок стал свидетелем или жертвой насилия, ему следует обратиться за помощью на Телефон Доверия.

5. Проблемы со здоровьем: вопросы о физическом или психическом здоровье, зависимости (например, от наркотиков или алкоголя), пищевые расстройства и т.д.

6. Конфликты с друзьями: проблемы в отношениях с друзьями, негативное влияние окружения, трудности в общении и т.д.

7. Проблемы с безопасностью: если ребенок чувствует, что его жизнь или благополучие находятся под угрозой, он может обратиться на Телефон Доверия для получения помощи и поддержки.

